

EXPO CARNES Y LÁCTEOS 2023

La exposición para la industria cárnica y láctea del mundo

21, 22 y 23 de febrero 2023

Relevancia del consumo de carne y su relación con la salud mental

Dr. Diego Braña Valera – Elanco Animal Health

Semblanza del conferencista

Veterinario, MC (UNAM), PhD en Fisiología del crecimiento (Illinois). 20 años como Investigador (INIFAP).

Ha sido presidente de las Asociaciones AMEXITEC y AMENA, con más de 100 publicaciones y actualmente líder técnico de nutrición y ciencias de la carne en America Latina para Elanco.

Resumen de la conferencia

El cerebro y el aparato digestivo de los homínidos evolucionó de manera divergente, en parte, gracias al consumo de productos de origen animal. En el humano actual, estos son tejidos de alta demanda y actividad metabólica que dependen de una dieta variada, concentrada y con nutrientes específicos presentes en los productos de origen animal.

La ciencia médica ve con preocupación la correlación entre malnutrición, dietas veganas, depresión, y ansiedad. La información científica muestra que las personas que evitan el consumo de carne tienen significativamente mayores tasas o riesgos de depresión, ansiedad y/o autolesionarse, algunos estudios lo asocian al consumo de moléculas específicas de la carne como la creatina. Así, a menor consumo de cárnicos mayor riesgo de ansiedad y depresión en humanos.